



# に・じ・い・ろ

令和8年（2026年）2月発行

Vol. 20



にじいろは、本号で節目となる20回目の発行となりました。  
 今後も、レインボーワークと登録者のみなさんとの交流の場となれるような広報紙を目指していきます。  
 登録者のみなさんの作品紹介や就労・生活に関わる情報の発信を行っていきます。  
 引き続きよろしくお願いいたします。

## にじいろ作品紹介



『ねこ大集合』  
 制作：タカイチサダエ



『笑顔』  
 制作：ムック



『礼拝堂』  
 制作：なおこ



『コスモス』  
 制作：yuya

## \*利用登録更新について\*

令和8年度の利用登録について、登録更新用紙を同封しました。

【登録更新の手順】

- ① レインボーワークの利用を希望するかどうかを登録更新申請書に記入する。
- ② 返信用封筒に110円の切手を貼って、登録更新申請書を入れる。
- ③ 登録更新申請書の入った返信用封筒をレインボーワークへ送る。

※登録更新を希望しない人もレインボーワークへ確認のため返送してください。

よろしくお願いいたします。

【締切：令和8年2月27日（金）】

とうろくしゅ しょくいん  
登録者と職員  
に聞いた!

ねん ほうふ  
2026年 抱負・がんばりたいこと

いろいろ ちようせん  
色々なことに挑戦したい

ひこうき つか  
飛行機を使った  
ひとり たび  
ひとり旅がしたい

ヨガをがんばりたい

マラソンレースを完走し  
タイム更新を目標す

ぎょうむ  
業務のスピードアップ  
をしたい

かじ てつだ  
家事の手伝いをしたい

しごと 無理  
仕事は無理せずがんばる

じかん よゆう も  
時間に余裕を持って  
こうどう  
行動する

アヒルを飼いたい♡

ことし まえむ  
今年はさらに前向きに  
すす  
進んでいきたい

さくねん じかん つく  
昨年より時間を作って  
おやこうこう  
親孝行をする

げんじょう い じ  
現状を維持したい

てがる  
手軽にできる運動で  
たいりよく  
体力をつけたい

しごと  
仕事のステップアップ  
をしていきたい

こうどうりよく たか  
行動力を高めたい

じょうば ちようせん  
乗馬に挑戦したい

こころおだ  
心穏やかに過ごしたい

こころ からだ けんこうかんり  
心と身体の健康管理を  
がんばりたい

しゅうしょくかつどう  
就職活動を  
がんばりたい

かいがいりょこう  
海外旅行にたくさん  
行きたい



ことし ねん ねが  
今年も1年よろしくお祈いします



ねんど  
2025年度

# トライアングル・ゼミ ふりかえり

トライアングル・ゼミではレインボーワーク、きらら、ういんぐの<sup>さんぶしょ</sup>三部署で、  
いっほふ だ 一步踏み出すためのきっかけづくりとして、さまざまなプログラムを行っています。

今回は、今年度<sup>こんねんど</sup>レインボーワークで行ったプログラムを<sup>しょうかい</sup>ご紹介します。

## 第1回

### はたらく上での服装を知ろう！

こうし ようふく あおやま  
〈講師/洋服の青山〉

スーツやオフィスカジュアルの<sup>き</sup>着こ  
なし方などを教えてもらいました。

だいいちいんしょう びょう き  
第一印象は6~12秒で決まるそう

です。清潔感のある身だしなみを  
いしき 意識しましょう。



## 第2回

### 履歴書を作ってみよう！

こうし いけぶくろ  
〈講師/ハローワーク池袋〉

はたら なたに きぎょう はたら うえ はいりよ  
働くとは何か、企業で働く上で配慮して

ほしいことをどう伝えるか、などを学びました。

じぶん のアピールポイントや障<sup>しょうがい</sup>害について整理して

おくことが大切です。



## 第3回

### 面接のい・ろ・は

こうし・しゅうろういこうしえんじぎょうしょ  
〈講師/就労移行支援事業所SAKURA〉

めんせつ こころがま  
面接の心構えやマナーを学びました。

めんせつ にちじょう えんちようせんじょう  
“面接は日常の延長線上”とのこと、

ふだん えがお げんき あいさつ  
普段から笑顔で、元気よく挨拶することを

こころ 心がけましょう。



### ~お知らせ~

こんご しゅうろう  
今後も就労だけでなく、さま  
ざまなプログラムを考えてい  
きます。ご案内をお楽しみに！

ねりまくない  
練馬区内にはきらら・ういんぐの他にも、4か所の障<sup>しょうがい</sup>害者地域生活支援センターがあります。  
せいいかつじょう そうだん いばしょ りよう  
生活上の相談をしたり、居場所として利用したり、さまざまなプログラムにも参加<sup>さんか</sup>できます。

#### 大泉障害者地域生活支援センター

##### さくら

ねりまなくひがしおおいすみ  
練馬区東大泉5-35-2

ちいきこ かていしえん おおいすみへいせつ  
地域子ども家庭支援センター大泉併設

TEL : 03-3925-7371

#### 豊玉障害者地域生活支援センター

##### きらら

ねりまくとよたまきた  
練馬区豊玉北5-15-19

とよたま ひかり  
豊玉すこやかセンター6階

TEL : 03-3557-9222

#### 石神井障害者地域生活支援センター

##### ういんぐ

ねりまなくしゃくじいまち  
練馬区石神井町7-3-28

しゃくじいほけんそうだんしよへいせつ  
石神井保健相談所併設

TEL : 03-3997-2181

#### 光が丘障害者地域生活支援センター

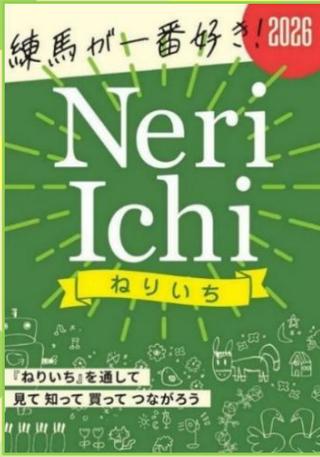
##### すてっぴ

ねりまなくひかり おか  
練馬区光が丘2-9-6

ひかり おかくみん  
光が丘区民センター6階

TEL : 03-5997-7858

りよう 利用について、くわ かく と あ  
詳しくは各センターにお問い合わせください。



『ねりいち』は練馬区内にある障害者施設の利用者が作った商品  
 カタログや販売会、ポータルサイトなど、さまざまな方法で紹介しています。  
 そして！2026年版のカタログが完成しました！  
 練馬区役所や観光案内所、地域のお店、レインボーワークなどに  
 置いてあります。ぜひご覧ください！

★ねりいちカタログ！ここがおすすめ★



『農福連携』で、練馬なら  
 ではの野菜や果物を使った  
 商品がたくさんあるので  
 味わってみてください♪

ねりいち商品は、地元の  
 商店やカフェでも販売して  
 います！散歩がてら、ぜひ  
 立ち寄ってみてはいかがでしょ  
 うか♪



ブローチやピアスがイチオシ  
 です。個性がある商品がた  
 くさんあるので、自分好みの  
 商品を探してみてくださいね。

事業所ページでは「ここで  
 買える」コーナーに注目！  
 気になった方はカタログを  
 手に取ってみてくださいね。



※レインボーワークでは、登録者のみなさんと企業での就労について考える以外にも、福祉的就労についての  
 情報を発信する事業も行っています。

⚠️ 詐欺・事故・トラブルに巻き込まれたとき ⚠️

気をつけよう

- ✓ すぐに警察・家族に相談する
- ✓ ひとりで判断しない
- ✓ 個人情報情報は伝えない
- ✓ お金はすぐに渡さない

自分の身を守るためにも繰り返し確認しておきましょう。

練馬区社協会員を募集中！

練馬区社協では、地域福祉を推進する活動にご賛同いただき、社協を支えてくださる練馬区社協会員を募集  
 しています。詳しくは、レインボーワークの職員にお問い合わせください。

※会費は不安や困りごとのある方の相談受付、子ども食堂の支援、災害時の支援などに活用されています。

発行 令和8年(2026年)2月

社会福祉法人練馬区社会福祉協議会 障害者就労支援センター(レインボーワーク)

〒176-0012 東京都練馬区豊玉北5-14-6 新練馬ビル5階

TEL: 03-3948-6501 FAX: 03-3994-1224

ホームページ <https://www.neri-shakyo.com/>

メールアドレス [rainbow-work@neri-shakyo.com](mailto:rainbow-work@neri-shakyo.com)



練馬区社協 X



練馬区社協 Facebook



ねりいち  
ポータルサイト



ねりいち X  
(旧 Twitter)